

Skak, bevidsthedsudvikling og Transcendental Meditation

Skrevet af Johnny Rasmussen
Onsdag, 07. september 2022 21:45 -

Klubmester Anton Strunge vil på mandag (12. september) kl. 19:00 holde et oplæg: "Skak, bevidsthedsudvikling og Transcendental Meditation".

Efter oplægget vil der være en gennemgang af nogle partier hvor vi ser på strategiske overvejelser og taktiske opgaver.

Deltagelse er gratis.

Om oplægget skriver Anton:

Skak er en tankesport, finder sted i sindet/bevidstheden.

Derfor kan det være interessant at se på om de egenskaber, der er vigtige for skakspillere, kan udvikles gennem for eksempel meditation.

Det drejer sig blandt andet om
evnen til at fokusere på detaljen uden at miste det brede overblik
at bevare den indre ro i pressede situationer
klarhed i tænkningen
logisk tænkning
intuition

Oplæg på ca 20 minutter og derefter er der lejlighed til at stille spørgsmål.

Skak, bevidsthedsudvikling og Transcendental Meditation

Skrevet af Johnny Rasmussen

Onsdag, 07. september 2022 21:45 -

For de der er interesserede kan der arrangeres en særskilt introduktion til Transcendental Meditation